

みしまタニタ健康くらぶについて

アナ： 「市長が語る 2015 三島」第12回の今日は、「みしまタニタ健康くらぶ」についてお話しを伺います。豊岡市長よろしくお願ひします。

市長： よろしくお願ひします。

アナ： いよいよ、タニタの事業がスタートするということですね。

市長： そうですね。1月に協定を締結しましてから、入念な準備を重ね、この夏からスタートいたします。

アナ： 市民の皆さんも何が始まるのかと期待していると思います。

市長： ありがとうございます。まず、タニタさんと一緒に行う事業は大きく分けて3つあります。その1つ目が、このみしまタニタ健康くらぶです。

具体的には、会員になると会員証としてタニタの専用計測器「活動量計」を持っていただきます。この活動量計は歩数だけでなく、1日の消費カロリーも分かる機能を併せ持っていますので、皆さんの1日の活動を数値で「見える化」します。この「はかる」ことから始まる健康づくりがタニタの方法です。

アナ： なるほど。確かに、数字で見えると、今日はあまり動かず消費カロリーが少なかったから、食事の量を控えめにしようなどと気をつかいますよね。

市長： そうですね。「はかる」ことで「きづいて」「行動が変わる」というサイクルを産み出していきます。さらには、会員限定セミナーも開催して会員の皆さんをどんどん健康にしていけます。もしかしたら、セミナーでタニタの栄養士さんからタニタ食堂の秘密なども聞けるかもしれませんね。

アナ： それは楽しみです。ところで、計測した活動量や歩数などのデータはどのように管理するのですか。

市長： お持ちの活動量計をタニタのウェブサイトに登録すると活動量や歩数などのデータをパソコンやスマホで見ることができます。ただし、データは自動的に更新されません。健康づくりの基本である「歩く」ことを市街地で「楽しく」行っていただきたいと思っていますので、活動量計のデータを更新できる場所や健康情報を発信する拠点を作ります。その1つが中央町に5月2日にオープンした「みしま健幸塾」です。ここをはじめとして今後設置する拠点には楽しい仕掛けを用意します。

アナ： 「楽しい仕掛け」ですか。非常に気になります。教えていただけますか。

市長： まず、みしま健幸塾でのトレーニング料金をみしまタニタ健康くらぶの会員限定で割引します。もともと低料金で大腰筋のトレーニングができましたが、会員になるとさらに割引されるので利用しやすくなります。そして、タニタさんと行う2つ目の事業として、民間の協力店を拠点としまして、タニタブレンドコーヒ

ーや低カロリーのオリジナルスイーツを販売します。タニタの食堂やカフェでしか食べられない限定品が三島で味わえます。この拠点には高性能な体組成計も設置しますので体の部分ごとの筋肉量や体脂肪率などが分かるようになります。今年度中に市内3か所に設置する計画です。

アナ： コーヒーとスイーツですか。女性にとっては嬉しいですね。

市長： ぜひ、楽しみにしててください。この他にも楽寿園の入園が無料になるなど様々な特典があります。

アナ： それはいいですね。三島市は源兵衛川の「せせらぎ」などがあり、歩いて楽しめる街ですから、市街地を歩いて、タニタのコーヒーを飲んだり、体組成計で自分の体を調べたり、さらには「楽寿園の自然」で心も健康になったりと、体も心も満たされるわけですね。さて、気になる会費と対象者を教えてください。

市長： 年会費という形で最初の年は3,500円、2年目以降は2,000円です。会員証となる活動量計を会員登録時に1個お渡しします。活動量計を購入するだけでも会費以上ですので、先ほどご紹介しました様々な特典も考えていただくと満足していただけるのではないかと思います。

また、対象者は「三島市民」「三島市内に在勤・在学」の方となります。

アナ： すぐにでも入会したいですね。申し込みはどのようにしたらよろしいですか。

市長： みしま健幸塾で7月6日から受付を開始いたします。その前日の7月5日には市民文化会館の大ホールで、9時からと13時からの2回、キックオフセミナーを行います。そこで申込書を事前配付しますので、ぜひお越しください。

健やかで幸せと書いて「健幸都市」と言っておりますが、みしまタニタ健康くらぶへ多くの方に入会していただき、健幸都市みしまの主役として、楽しみながら健康になっていただきたいと思います。

アナ： 豊岡市長、本日はありがとうございました。

市長： ありがとうございました。